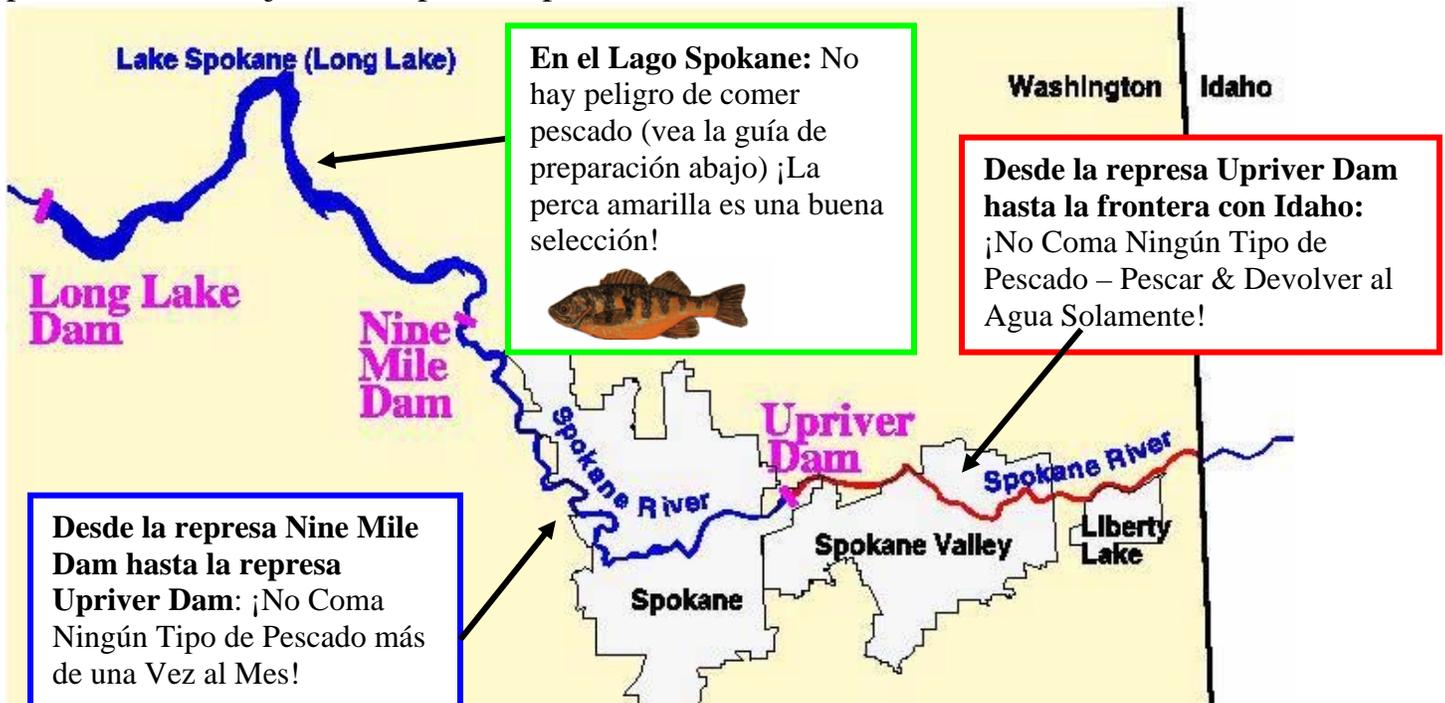


Aviso Sobre el Consumo de Pescado del Río Spokane

Emitido en julio de 2003

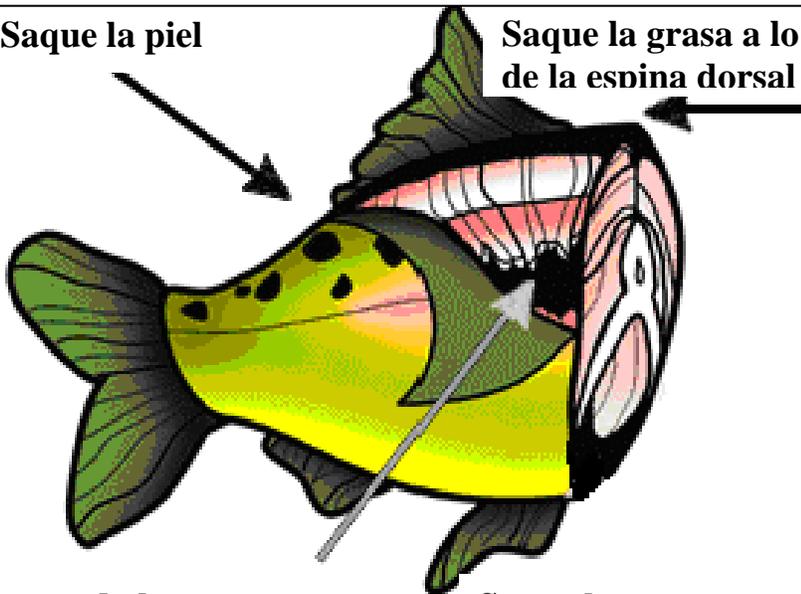
Los peces del Río Spokane contienen sustancias químicas llamadas PCBs que pueden ser nocivas para su salud. En ciertos tramos del río, los peces contienen más PCBs que en otros tramos. Siga el consejo que se da más abajo si usted come pescado del Río Spokane. Debido al daño que los PCBs pueden causar a los bebés antes de nacer, las mujeres embarazadas o con planes de tener hijos deben poner especial atención a este aviso.



Prepare el Pescado de la Siguiete Manera Para Reducir su Exposición a los PCBs:

Saque la piel

Saque la grasa a lo largo de la espina dorsal



Saque toda la grasa oscura de los lados del pescado

Saque la grasa del vientre

- Cocine el pescado en una parrilla para dejar caer los jugos y la grasa.
- No coma los huesos, órganos internos, grasa, jugos y piel.

Para Obtener Más Información Llame Gratis al: 1-877-485-7316
www.doh.wa.gov/ehp/oehas/EHA_fish_adv.htm
o póngase en contacto con el Distrito Regional de Salud en Spokane:
(509) 324-1574
www.srhd.org